

ESTANCIA EN: CONEXIÓN Y RENDICIÓN DE CUENTAS DURANTE LA CUARENTENA CORONARIA

Capacitar a los adultos con enfoques centrados en el cerebro para la conexión y la rendición de cuentas



Bienvenido!



SEL Chicago



Co-líder de nuestro aula virtual

- Silenciar el micrófono
- Compartir nos ayuda a todos a aprender
 - Esto está diseñado como un taller interactivo
 - Oportunidades para reflexionar (tener un papel y un bolígrafo listos)
- Oportunidades para compartir
 - En el cuadro de chat
 - Con tu voz
- ¿Preguntas?
 - Escríbalas en el chat.
 - Estamos apartando tiempo para preguntas
- Vamos a grabar



*Estamos haciendo lo
mejor que podemos con
las habilidades que
tenemos.*

Reconociendo

- Reconocimiento del terreno
 - Apoya el compromiso de SEL Chicago de desarrollar habilidades comunitarias apoyando la modificación
- Reconocimiento de habilidades crecientes
 - Compromiso de entender los errores como oportunidades para aprender, reflexionar y desarrollar habilidades.

Obra de arte de la jefa Lady Bird, (Mills, 2019)



Los reconocimientos de tierras son un trampolín para honrar las relaciones de tratados rotos.



Enfoque en esta sesión



Edificando
Conciencia



Explorando la
Autorregulación

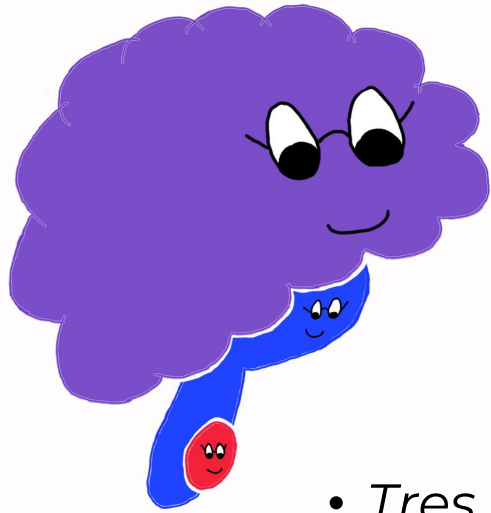


Apoyando la
Autorregulación

Reflexión

Tres sentimientos que he sentido en las últimas 48 horas son...

Mis mayores retos con mi(s) hijo(s) en este momento incluyen ...



Reflection Time....

0:00

- *Tres sentimientos que he sentido en las últimas 48 horas son...*
- *Mis mayores retos con mi(s) hijo(s) en este momento incluyen ...*

Oportunidad
de compartir

Los humanos
buscan pertenencia
y significado.

Fácil cuando la comunicación es clara



Climo, 2014

*El comportamiento
es la comunicación*

.



Lo que los adultos pueden estar viendo y escuchando...

Tiempo de pantalla excesivo

Maldecir

Desafío

Inrespetuoso

Ignorando

Tramposo

Negarse

Peleando

Berrinches

Quejarse

Falta de habilidades

Desregulado emocionalmente

Ansiedad

Aburrimiento

Impotencia

Desconexión

Lo que los niños sienten

Miedo

Dolor

Confusión

Preocuparse

Impotencia

Malentendido

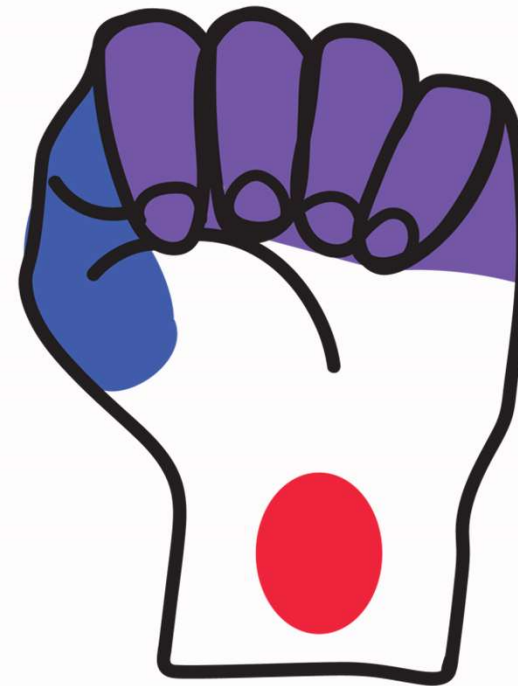
Preocúpese por el estatus social

O'Roarty, 2020



Mi mano representa como funciona el cerebro

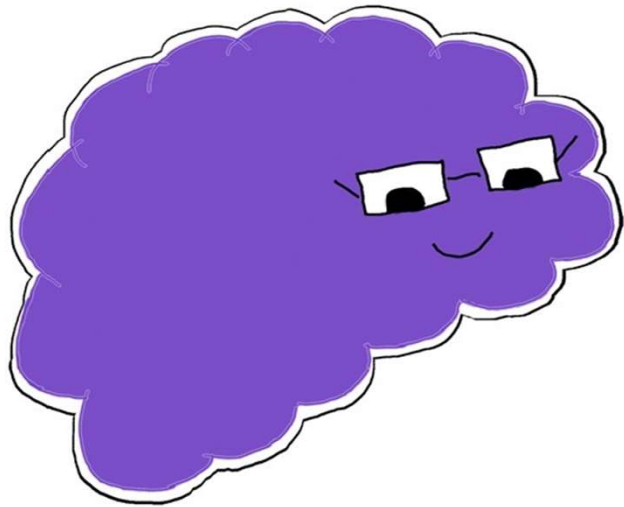
(Siegel and Hartzel, 2003, 2014)



Calma y listo para procesar, hacer preguntas y resolver problemas.

Hovious, 2020, Siegel & Hartzel, 2003

Corteza Cerebral



Preguntas esenciales:

- ¿Qué puedo aprender?
- ¿Cómo puedo resolver esto?

Herramientas

- Creatividad
- Empatía
- Sabiduría
- Funcionamiento ejecutivo,
- Solución de problemas
- Capacidad para manejar el estrés

Hovious, 2020, Siegel & Hartzel, 2003, Bailey, 2013

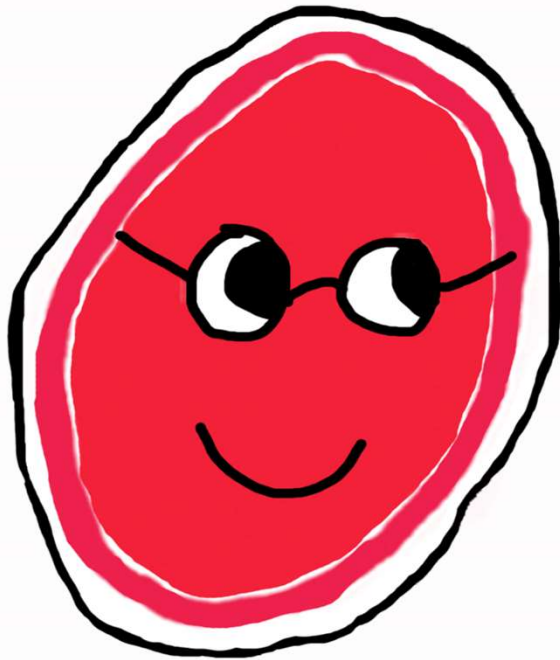
Desintegrado - Voltear mi tapa



Desconectado del centro de conexión de la corteza cerebral

Hovious, 2020, Siegel & Hartzel, 2003,

Tallo Cerebral



Pregunta esencial:

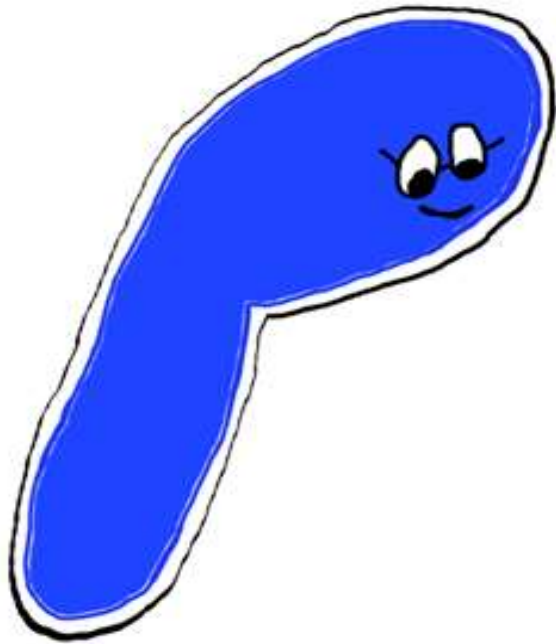
- ¿Estoy a salvo?

Herramientas:

- Luchar
- Huir
- Paralizarse
- Debilidad

Essential Questions (Bailey, 2011) and used in Our Brain Bok with permission

Sistema Límbico



Preguntas esenciales:

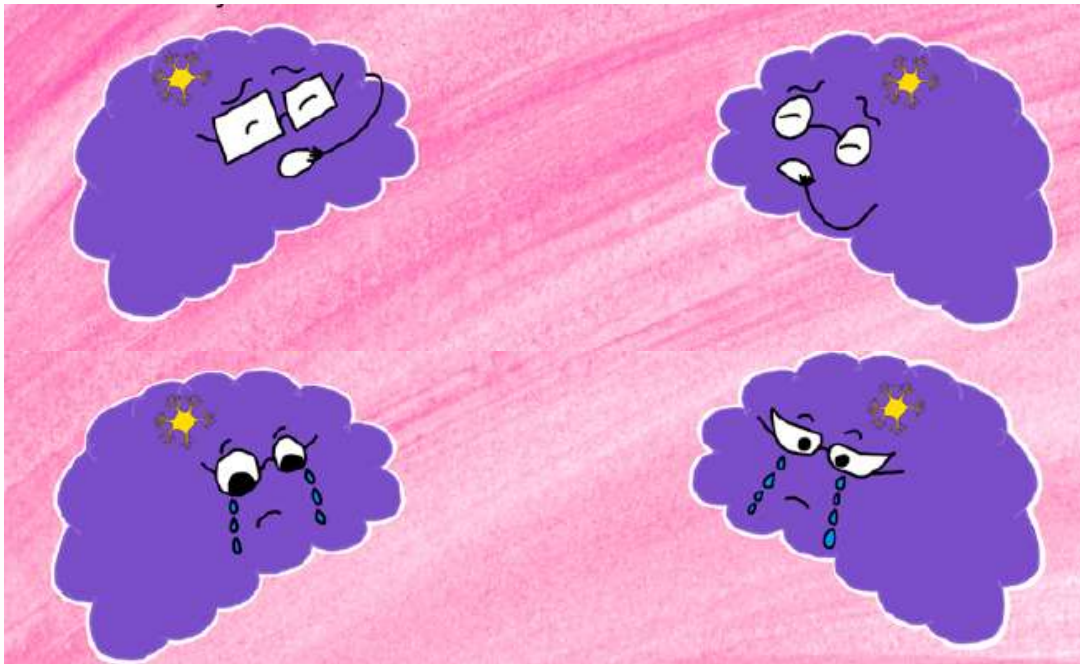
- ¿Yo importo?
- ¿Soy amado?
- ¿Me amo y me preocupo por mí mismo?

Herramientas:

- Culpar
- Avergonzar
- Insultar
- Defender

Essential Questions (Bailey, 2011) and used in *Our Brain Book* with permission
Communication Language (Levine & Kline, 2008)

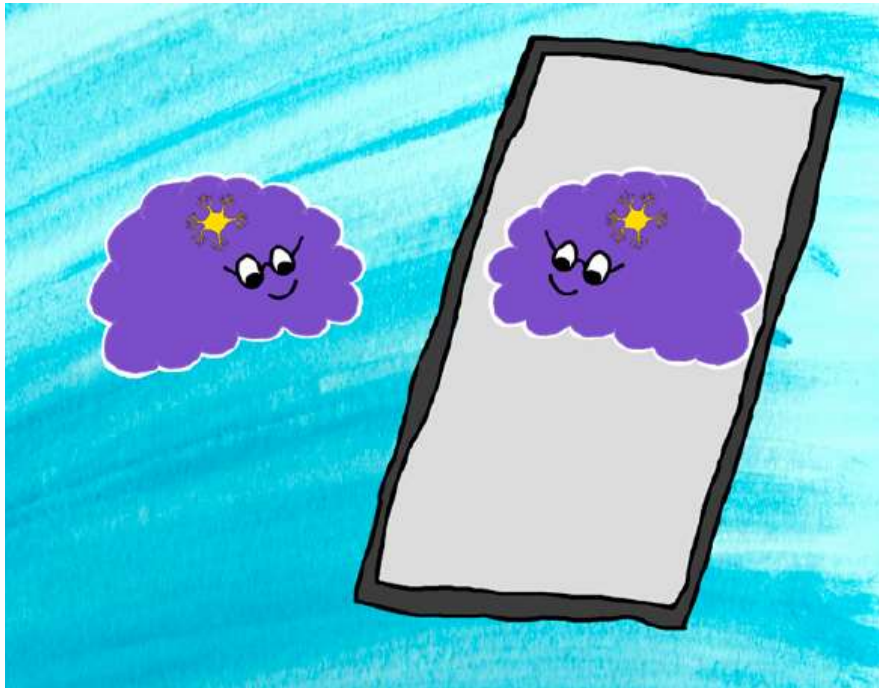
Neuronas espejo



¿Alguna vez has...

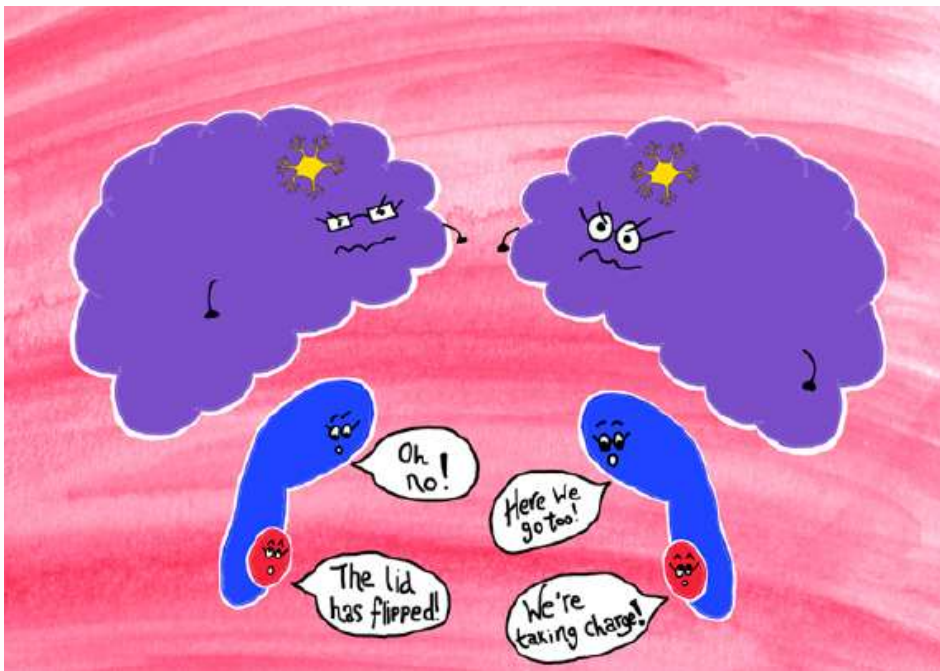
- ¿Bostezado cuando alguien bosteza?
- ¿Llorado cuando alguien llora?
- Estas son las *Neuronas Espejo* en funcionamiento -creando lazos de conexión.

Nuestros cerebros están diseñados para conectarse



para sentir y
reproducir lo que
vemos

Por lo que cuando pierdes la cabeza...

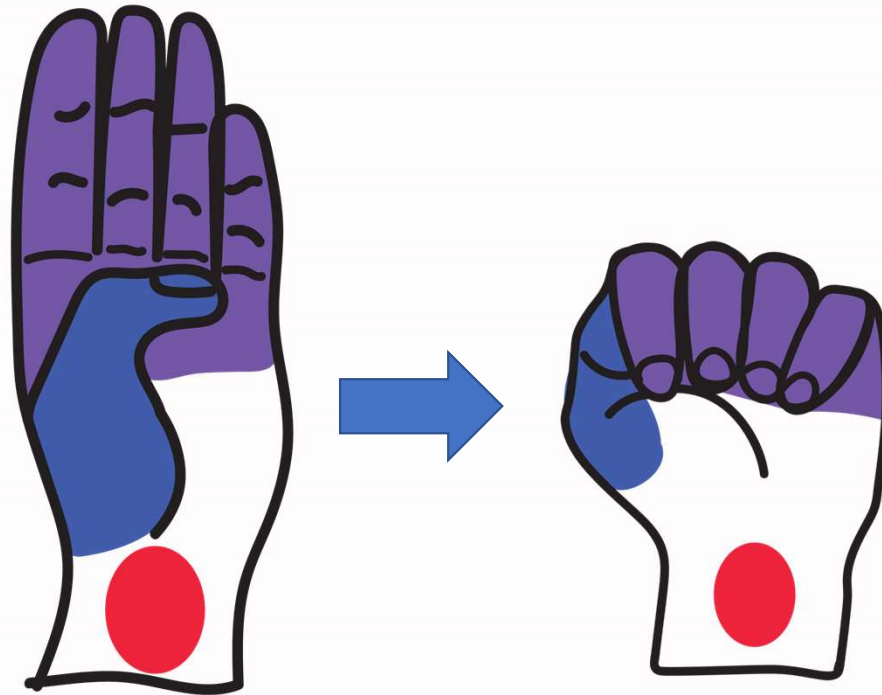


Yo también la pierdo.

*Tiempo para
Reflexionar*

Reflexionar

- ¿Cuáles son las "cosas" que te ayudan a "bajar" tu tapa – calmarte y volver a autorregularte?
- ¿Cuáles son las "cosas" que ayudan a su hijo a "bajar" su tapa - calmarse y volver a autorregularse?





Reflection Time....

0:00

- ¿Cuáles son las "cosas" que te ayudan a "bajar" la tapa y volver a autorregulararte?
- ¿Cuáles son las "cosas" que ayudan a su hijo a "bajar" su tapa y volver a autorregularse?

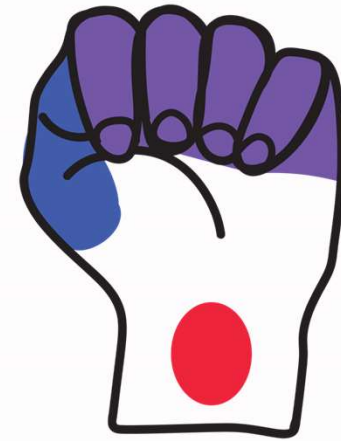
Oportunidad
de compartir

Seis formas de utilizar estas nuevas herramientas

- Enseñe este sencillo concepto a los adultos y niños de su vida.
- Crear lenguaje de señas para comunicar malestar
- Enseñe a los niños a reconocer las sensaciones físicas de malestar
- Evite llamar al comportamiento "bueno" o "malo". En vez de eso, intenta, "Cuando estabas enojado, ¿gritaste? ¿Qué podrías hacer la próxima vez en su lugar?"
- ¿Qué pasa si decidimos resolver sólo el problema cuando todas las partes están reguladas emocionalmente?
- Co-crear un "lugar de calma" para sentirse más integrado



Desintegrado



Integrado

Cómo crear un "lugar de calma" en su hogar

- Compartir experiencias personal
 - Todos nos sentimos molestos
 - Se toma tiempo para calmarse
 - Será una ayuda preparar un plan y un lugar
- Pregúntale al niño(a)
 - "Si pudieras crear un lugar especial a donde ir cuando estás molesto. ..."
 - ¿dónde estaría?
 - ¿cuáles son las 3 cosas que pondrias allí?
 - ¿qué nombre le pondrias?
- Modele el uso cuando el adulto está molesto
 - Los niños aprenden que el usar un lugar para autorregularse (calmarse) es seguro y aceptable por medio de ver a un adulto modelarlo(hacerlo)
 - Tome tiempo para el entrenar



Reflexionar

- Una herramienta que aprendí el día de hoy que usaré inmediatamente en mis relaciones
- La proxima vez que siento que voy a perder la cabeza voy



Reflection Time....

0:00

- Una herramienta que aprendí el día de hoy que usaré inmediatamente en mis relaciones
- La proxima vez que siento que voy a perder la cabeza voy...

¿Preguntas?



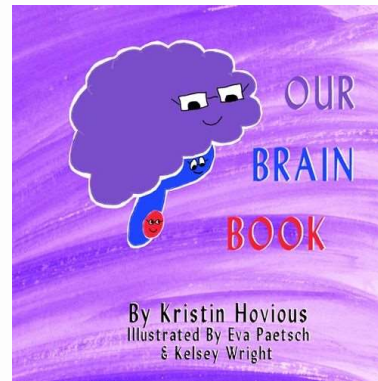
Mantenerse conectado

Kristin.hovious@selchicago.com (312) 852-3249 CPS Vendor 17769



SEL Chicago

www.SELChicago.com



Purchase *Our Brain Book* on
SEL Chicago's web store



@SELChicago



@SELChicago



@SEL_Chicago

Follow us on Social Media



SEL Chicago